Apakah ANAKKU BERBEDA?

Yuk, kenali penanganan anak berkebutuhan khusus

ERNA MARINA KUSUMA, M.Psi., C.Ft

Apakah Anakku Berbeda?

Sanksi Pelanggaran Pasal 113
Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014
tentang Hak Cipta

(1) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).

(2) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

(3) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).

(4) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

Apakah Anakku Berbeda?

YUK, KENALI PENANGANAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Erna Marina Kusuma, M.Psi., C.Ft

Penerbit PT Elex Media Komputindo

Daftar Isi

Ucapan Terima Kasih

Rasanya tidak percaya buku ini bisa diterbitkan. Buku yang berisi kumpulan pengalaman praktik saya, yang membuat saya ingin berbagi agar kita bisa tersadarkan dan mensyukuri segala anugerah yang diberikan-Nya. Buku ini tidak akan terwujud jika tidak dibantu berbagai pihak. Karena itu, saya ingin mengucapkan terima kasih atas dukungan yang saya terima.

Pertama-tama, kepada Tuhan Yesus yang begitu banyak memberkati saya. Saya tidak perlu khawatir karena Tuhan selalu bersama saya dan memimpin setiap langkah saya.

Terima kasih untuk papa dan mama, Bapak Effendy Kusmawijaya dan Ibu Susiliana Effendy, cici dan kakak ipar saya, adik dan adik ipar saya serta suami saya tercinta, Victor Kristanto, M.Psi., C.Ft. Terima kasih juga untuk papa dan mama mertua, Bapak Yosef dan Ibu Yulien, serta adik ipar saya. Tidak pernah ada cinta yang begitu tulus selain cinta kasih keluarga.

Terima kasih kepada semua orangtua yang memercayakan anak mereka kepada saya, semua pihak yang mengundang saya untuk memberikan seminar yang membantu saya memahami kebutuhan orangtua dalam mendidik anak mereka, serta kolega, rekan kerja, staf, dan semua yang selalu memberi warna dalam pekerjaan saya.

Tak lupa, terima kasih untuk tim penerbit yang banyak membantu proses pembuatan buku ini.

Erna Marina Kusuma, M.Psi., C.Ft

Catatan Penulis

Sesungguhnya, Tuhan Yang Maha Esa menciptakan setiap anak manusia sama derajatnya dan masing-masing memiliki keistimewaan sendiri-sendiri. Tak ada satu pun ciptaan Tuhan yang sia-sia. Seorang anak yang memiliki kekurangan baik secara fisik maupun psikologis pasti memiliki "kelebihan atau keistimewaan". Tuhan selalu menciptakan semuanya berpasangan. Ada kekurangan, berarti ada kelebihan. Begitu juga sebaliknya. Ada kelebihan, pasti ada kekurangan.

Adalah penting bagi orangtua untuk memiliki pengetahuan, pemahaman, dan kemampuan yang dapat mendukung tumbuh kembang anak-anaknya. Karenanya, saya berharap para orangtua yang memiliki anak-anak usia bayi dan balita senantiasa memberikan perhatian kepada mereka. Janganlah "lengah". Jangan sampai dari bulan ke bulan tahap perkembangan usia mereka tidak mengalami kemajuan. Jangan biarkan begitu saja anak-anak yang tidak mengalami perkembangan hingga mereka memasuki usia sekolah.

Saya juga berharap para orangtua dapat mengenali lebih dini berbagai tanda, gejala-gejala penyimpangan, gangguan ataupun hambatan yang terjadi pada bayi dan balita Anda. Menjadi orangtua yang baik dan bijaksana dalam mendidik dan mendampingi tumbuh kembang anak merupakan harapan kita bersama.

Seorang anak pun selalu berharap dapat menjadi anak yang dibanggakan dan berbakti kepada orangtua. Walaupun mengalami hambatan dalam perkembangan fisik dan psikis, hingga disebut anak berkebutuhan khusus, mereka adalah anak-anak Anda. Karenanya, berikanlah dukungan, kasih sayang, pendidikan, dan perlakuan terbaik untuk membantu perkembangan mereka.

Buku ini memberikan berbagai informasi penting yang wajib Anda ketahui jika Anda memiliki anak yang berkebutuhan khusus. Memahaminya akan membantu Anda menyukseskan perkembangan pendidikan mereka. Harapan saya, semoga buku ini dapat menginspirasi seluruh orangtua di tanah air yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan menjadikan mereka siap, baik secara fisik maupun mental.

Jakarta, 8 November 2017

Erna Marina Kusuma, M.Psi., C.Ft
Psikolog Anak & Remaja
Indonesia Psychology Society Membership
Australia Psychology Society Membership (Foreign Affiliation)

Tidak sayang,
kamu anak terbaik
Mama!

1 Kenali Perkembangan Anak Anda

Apabila di masa seribu hari pertama kehidupannya anak mengalami gangguan atau pertumbuhannya kurang optimal, masa depannya akan terpengaruh.

Semua orangtua tentu menginginkan anaknya tumbuh dan berkembang sesuai usianya. Karena itu, penting bagi orangtua untuk selalu memantau tumbuh kembang anak-anak mereka agar pertumbuhannya optimal dari tahun ke tahun. Kurang optimalnya pertumbuhan bisa mengganggu aktivitas fisik, kecerdasan, dan gerak anak. Tak heran, banyak pakar kesehatan anak menyatakan bahwa seribu hari pertama kehidupan seorang bayi merupakan masa yang paling penting bagi pertumbuhan dirinya hingga menjadi seorang anak (bukan bayi lagi).

Optimalisasi tumbuh kembang anak dimulai sejak ia berada dalam rahim ibu. Karenanya, ibu hamil harus memperhatikan kebutuhan nutrisi, kebersihan, stimulasi, vaksinasi, pola makan, kesehatan, dan kemampuan mengelola emosi hingga janin lahir dan mencapai usia dua tahun. Hal ini penting karena tumbuh kembang pada masa janin akan memengaruhi perkembangan berbagai sistem organ tubuh, otak, dan fisik anak. Kurang optimalnya tumbuh kembang anak pada tahap ini akan memengaruhi kualitas tumbuh kembangnya di masa datang. Tidak ada orangtua yang menginginkan tumbuh kembang fisik anaknya terganggu. Untuk menjaga kesehatan janin dan membantu ibu hamil agar tidak mengalami depresi atau stres, peran serta ayah atau suami juga sangat dibutuhkan, misalnya dalam mengatur penyediaan makanan selama masa kehamilan.

Optimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak sejak dini agar mereka mendapatkan masa depan yang gemilang. Memenuhi kebutuhan makronutrien dan mikronutrien di masa tumbuh kembang anak merupakan hal yang sangat penting karena sejak bayi hingga tumbuh menjadi balita, anak membutuhkan banyak sekali zat penting untuk tumbuh kembangnya, seperti omega 3, omega 6, AA, DHA, zat besi, dan kolin yang menunjang perkembangan otak anak serta probiotik dan prebotik untuk menunjang pertumbuhan saluran cernanya agar tumbuh sehat.

Tahap Tumbuh Kembang Bayi dan Balita

Dalam proses tumbuh kembang anak, ada istilah "periode kritis", yaitu periode seribu hari pertama kehidupan anak. Periode ini dimulai sejak anak berada di rahim ibunya hingga ia berusia dua tahun. GOLDEN AGE (seribu hari pertama kehidupan anak) dianggap penting karena pada periode ini anak mengalami masa-masa tumbuh kembangnya, antara lain tumbuh kembang berbagai sistem organ di dalam tubuh. Inilah masa emas yang akan memengaruhi masa depan seorang anak, yang akan membuatnya tumbuh menjadi anak berkualitas. Gangguan atau kurang optimalnya kehidupan anak pada seribu hari pertama akan merugikan kehidupannya di masa depan.

Fase perkembangan otak anak sesuai usianya, antara lain:

- Usia 0–2 tahun, anak mengalami perkembangan emosional.

  Jika pada usia ini tumbuh kembangnya tidak optimal, anak terlihat lemas, kurang bereaksi terhadap lingkungan sekitar.

- Usia 0–4 tahun, anak mengalami perkembangan logika dan kecerdasan berhitung (matematika).

  Jika pada usia ini tumbuh kembangnya tidak optimal, anak terlihat lambat merespons orangtua atau lingkungan sekitarnya. Anak juga tidak mampu mengenali angka dan berpikir logis.

- Usia 0–10 tahun, anak mengalami perkembangan dalam berbicara atau berbahasa.

  Jika pada usia ini tumbuh kembangnya tidak optimal, anak akan mengalami keterlambatan dalam berbicara dan mengeluarkan kata-kata. Pada usia ini seharusnya anak sudah memiliki banyak perbendaharaan kata yang didapat dari bahasa yang diajarkan orangtuanya.

Perkembangan pertumbuhan anak akan menjadi momen paling membahagiakan bagi kedua orangtuanya. Jika pada fase tertentu pertumbuhan anak Anda tidak optimal, jangan lengah. Kenali terlebih dulu faktor penyebabnya atau

Anda bisa membawa anak Anda ke dokter untuk memeriksakan bagian mana yang tidak memberikan respons. Dan, jangan pernah berpikir bahwa tumbuh kembang setiap anak itu sama.

Tahap tumbuh kembang fisik anak sesuai usia, yaitu:

- Usia 0–5 bulan
  - ✓ Mampu menangis dan mengeluarkan suara keras pertamanya saat dilahirkan.
  - ✓ Dapat melihat wajah orang yang ada di sekelilingnya.
  - ✓ Dapat mendengarkan suara-suara di sekelilingnya.
  - ✓ Suka melihat-lihat apa yang ada di sekelilingnya.
  - ✓ Memberikan reaksi tersenyum.
  - ✓ Mengoceh dengan gaya khas bayi.
  - ✓ Sangat senang bila digendong ataupun diayun-ayun.
- Usia 6–8 bulan
  - ✓ Dapat mengenali wajah orang yang sering menggendong atau mengasuhnya.
  - ✓ Memberikan reaksi menolak dengan cara menangis jika ada orang yang tidak dikenalnya atau asing dalam penglihatannya.

- ✓ Memasukkan jemari kecilnya atau benda-benda lain yang ada di sekitarnya ke mulut.
- ✓ Menggerakkan badan.
- ✓ Belajar merangkak.
- ✓ Aktif dan banyak bergerak, tidak mau diam.
- ✓ Memberikan reaksi memukul, menendang, atau membanting benda yang tidak disukainya.
- ✓ Sangat egois. Harus berhasil jika menginginkan sesuatu.

❖ Usia 9–11 bulan

- ✓ Mulai belajar berdiri.
- ✓ Mulai belajar berjalan.
- ✓ Selalu penasaran jika melakukan aktivitas gerak.
- ✓ Mulai mengenali sebab dan akibat jika terjatuh.
- ✓ Mulai mengetahui suara-suara mainan.
- ✓ Mulai belajar menyentuh dengan lembut.

❖ Usia 12–17 bulan

- ✓ Sudah banyak mengoceh, tapi ucapannya belum jelas.
- ✓ Mulai mengenali perbendaharaan kata.

- ✓ Mulai suka meniru gerakan dan ucapan orang sekitar.
- ✓ Gerakannya mulai aktif seolah tenaganya sangat besar.

❖ Usia 18 bulan ke atas

- ✓ Belajar menyusun kalimat panjang dan sudah bisa memberikan reaksi saat diajak mengobrol.
- ✓ Mulai mengeksplorasi berbagai kegiatan dalam permainannya, seperti menggambar, meloncat, atau menaiki anak tangga, dan menarik benda agar bergerak sesuai keinginannya.

Lima Aspek Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

Yuk, kenali *golden age* anak kita.

Sebelumnya, kita ketahui dulu apa yang dimaksud dengan pertumbuhan (*growth*). Pertumbuhan adalah peningkatan sel pada tubuh seorang anak seiring usianya. Pertumbuhan merupakan perubahan fisiologis sebagai hasil proses pematangan fungsi-fungsi fisik yang berlangsung secara normal pada anak yang sehat. Sementara yang dimaksud dengan perkembangan (*development*)

adalah perubahan yang terjadi secara berangsur-angsur sampai akhirnya sempurna. Kesempurnaan pertumbuhan fungsi alat tubuh akan bertambah melalui kematangan usia atau kedewasaan dan pembelajaran.

Tumbuh kembang seorang anak meliputi 5 aspek, yaitu:

1. Fase Perkembangan Fisik Anak

Fase ini meliputi perkembangan berat badan, tinggi badan, dan perkembangan otak serta keterampilan motorik kasar dan halus anak.

Kemampuan motorik kasar pada anak usia bayi terlihat dari reaksi berupa genggaman tangan atau gerakan badan ketika tangannya disentuh. Untuk anak di atas usia 2 tahun, biasanya mereka mulai melompat dan berlari. Anda usia 4–5 tahun sudah bisa berdiri di atas satu kaki atau berjalan di atas garis, dan sebagainya. Semakin bertambah usia anak, semakin banyak aktivitas gerakannya, yang tentunya sesuai dengan minat dan kemampuan mereka.

Kemampuan motorik halus adalah kemampuan anak dalam menyusun balok atau *puzzle*, memegang pensil untuk melukis garis lurus atau melingkar, dan sebagainya.

2. Fase Perkembangan Inteligensi Anak:

Fase ini terdiri atas 4 tahapan, yaitu:

- Tahap sensorimotor (0–24 bulan): gerakan bayi terbatas pada pancaindranya.
- Tahap praoperasional (2–7 tahun): anak mulai dapat memberikan respons atau reaksi atas kegiatan yang dilakukannya, tetapi masih bersikap egois. Kosa kata anak mulai berkembang dengan perbendaharaan kata yang semakin banyak, namun belum mampu berpikir logis.
- Tahap operasional konkret (7–11 tahun): anak mulai berpikir secara logis dan konkret serta sudah mengenal konsep sebab akibat dari apa yang dilakukannya. Dia juga sudah bisa belajar membaca dan berhitung.
- Tahap operasional formal (mulai usia 12 tahun): anak sudah dapat berpikir secara abstrak dan secara nalar. Tahap ini merupakan masa peralihan dari seorang anak menuju ke masa praremaja.

3. Fase Perkembangan Bahasa Anak

Fase ini bisa dikatakan sebagai fase kritis seorang anak karena tumbuh kembang anak atau optimalisasi perkembangan pengucapan kata-kata atau berbicara pada anak terjadi pada fase ini. Gangguan yang terjadi pada fase

ini biasanya disebabkan oleh kemampuan kognitif, emosi, sensorimotor, psikologis, dan lingkungan pengasuhan anak.

Perkembangan bahasa pada anak:

- Usia 0–1 tahun: anak sudah bisa berceloteh, walaupun kosa katanya belum jelas.
- Usia 1–2 tahun: anak sudah bisa mengucapkan kalimat pendek.
- Usia 2–7 tahun: anak sudah mengenal kosa kata baru.
- Usia 7–12 tahun: anak sudah sempurna merangkai kata-kata.

4. Fase Perkembangan Sosio-Emosional Anak

- Usia 0–11 bulan: anak sudah bisa menunjukkan emosinya. Gerakan emosional anak dapat kita lihat dari caranya menghentakkan kaki, tangan, ataupun tubuh saat merasa gembira.
- Usia 12 bulan–5 tahun: Pada usia ini, emosinya semakin tinggi. Rasa tidak suka atau tidak bahagia ditunjukkannya lewat tangisan atau gerakan melempar, membanting, atau memukul benda yang tidak disukainya.
- Usia 5–12 tahun: Reaksi emosi anak pada usia ini biasanya berupa gerakan yang diiringi kata-kata yang menunjukkan keinginan, misalnya *"Aku tidak mau, aku hanya mau itu,"* dan sebagainya.

Pada tahap tumbuh kembang, seorang anak akan melewati masa-masa perkembangan sosialnya dari bayi menuju praremaja. Hal ini akan terlihat dari kemampuannya saat berinteraksi dengan lingkungan. Di masa bayi, ia hanya mengenal orang-orang yang berada di dekatnya, seperti ibu, ayah, pengasuh, kakak, ataupun adik yang tinggal serumah. Dengan bertambahnya usia, anak mulai mengenal berbagai macam aturan bersosialisasi, misalnya dalam hal disiplin waktu, sopan santun, dan cara mengucapkan salam kepada orang yang lebih tua.

5. Fase Perkembangan Mental dan Spiritual Anak

Perkembangan Mental

- Sejak bayi, anak mulai bergantung pada pola asuh dan *modelling* kedua orangtuanya.
- Usia 5 tahun: anak mengenal konsep benar dan salah.
- Usia 5 tahun ke atas: anak mulai mengikuti peraturan yang diberikan orangtuanya.

Perkembangan Spiritual

- Usia 0–2 tahun: merasa nyaman bersama orang yang mengasuhnya.
- Usia 2–7 tahun: percaya kepada orang-orang di sekelilingnya dan karenanya suka meniru atau mencontoh mereka.

- Usia 12 tahun ke atas: merupakan masa peralihan dari seorang anak ke masa praremaja. Mereka mulai sibuk mencari identitas diri dan biasanya lebih percaya pada kelompok bermainnya. Mereka juga suka mencari pengalaman baru yang menyenangkan.

Pada tahap ini, sudahkah Anda mengenal fase tumbuh kembang anak-anak Anda? Jika sudah, kita lanjut ke bab berikutnya.

Tahap Perkembangan Motorik Bayi dan Balita

Umur	Motorik Kasar	Motorik Halus	Komunikasi	Kemandirian
1 bulan	Tangan dan kaki bergerak aktif	Kepala menoleh ke samping, ke kanan, dan ke kiri	Bereaksi ketika men-dengar bunyi lonceng	Menatap wajah ibu/ayah/ pengasuhnya
2 bulan	Mengangkat kepala ketika tengkurap	Kepala menoleh ke samping, ke kanan, dan ke kiri	Bersuara	Tersenyum spontan

3 bulan	Kepala tegak ketika didudukkan	Memegang mainan	Tertawa/ berteriak	Memandang tangannya
4 bulan	Tengkurap, telentang sendiri	Memegang mainan	Tertawa/ berteriak	Memandang tangannya
5 bulan	Tengkurap, telentang sendiri	Meraih, menggapai	Menoleh ke arah suara	Meraih mainan
6 bulan	Duduk tanpa berpegangan	Mengambil sesuatu dengan tangan kanan dan kiri	Bersuara maaa ... maaa	Memasukkan biskuit ke mulut
7 bulan	Duduk tanpa berpegangan	Mengambil sesuatu dengan tangan kanan dan kiri	Bersuara maaa ... maaa	Melambaikan tangan
8 bulan	Berdiri dan berpegangan	Berdiri dan berpegangan	Bersuara maaa ... maaa	Bersuara maaa ... maaa